

TALLER

MÈTODE HIPOPRESSIU

Reprocessing Soft Fitness (RSF)®

Basat en les Tècniques Hipopressives del Dr. Marcel Caufriez

Reducció i tonificació de la cintura, disminució dels problemes de l'esquena, millora postural i de les prestacions sexuals, millorem el rendiment esportiu.

ORGANITZA:

L'Ajuntament de Sort

El dia 14 d'Agost a Casa Xoret

Horari: 20 h. a 21,30 h.

El preu es de 5 euros

S'ha de venir al taller vestits amb roba còmoda i portar una tovallola o màrfega.

ORGANITZA



Ajuntament de Sort



COL.LABORA



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

Taller impartit per l' Anna M^a Vilageliu, Entrenadora personal, Titulada en el Mètode Hipopressiu RSF, Tècnica de Pilates, certificada per Stott Pilates i per Peak Pilates en Mat, Reformer i Cadillac.

annavilageliu@yahoo.es

www.viupilates.com

Inscripcions i més informació, podeu fer-ho a Casa Xorret trucan al Tel. 973 62 09 99 o al correu-e, casaxorret@sort.cat